

El aprendizaje socioemocional



(SEL: social and emotional learning)

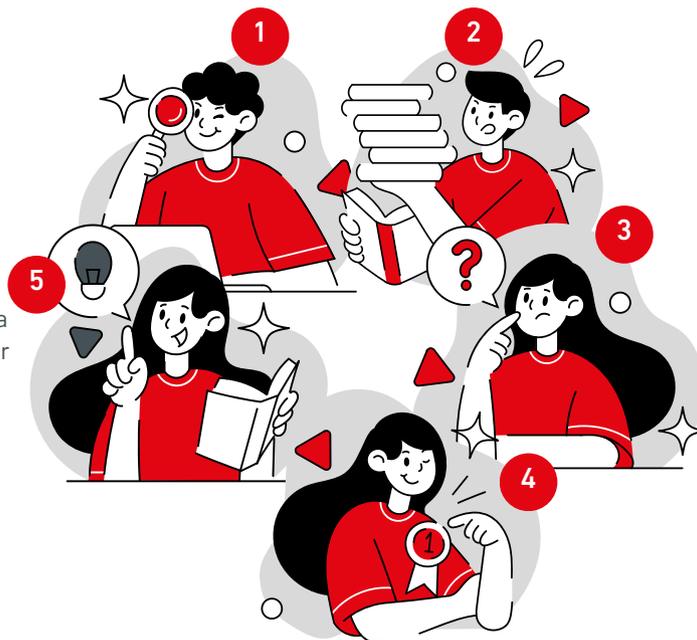
¿Qué es? Es el proceso a través del cual los niños y los adultos adquieren y aplican eficazmente, conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para entender y manejar las emociones, establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables.

Las habilidades socioemocionales son un elemento fundamental para ser un buen estudiante, ciudadano y trabajador. Si bien hay varios modelos que nos permiten entender el desarrollo y práctica de estas habilidades, siguiendo el modelo de CASEL, se pueden integrar cinco grupos de competencias básicas:

Autoconocimiento: habilidad para reconocer las propias emociones, intereses y fortalezas, además de mantener un buen nivel de autoeficacia. La auto-eficacia determina la forma en que las personas piensan, sienten y se motivan a sí mismas para actuar.

Autorregulación: manejar tensiones y controlar emociones bajo situaciones difíciles. Monitorear y reflexionar acerca del establecimiento de metas tanto personales como académicas.

Toma de decisiones responsable: tener en cuenta múltiples factores a la hora de tomar una decisión, identificar problemas y desarrollar soluciones apropiadas a esos problemas.



Habilidades interpersonales: desarrollar y mantener relaciones saludables con otros. Resistir la presión social negativa, resolver conflictos interpersonales y buscar ayuda cuando sea necesario.

Conciencia social: considerar las perspectivas de los demás y empatizar con otros; reconocer y apreciar las similitudes y diferencias de los demás; pueden ver y encontrar el apoyo que otros estudiantes les pueden proporcionar.

ESTRATEGIAS PARA PROMOVER SEL EN EL AULA

Esta es una guía con **10 estrategias** que los educadores pueden implementar en aula para promover el **aprendizaje socioemocional (SEL: social and emotional learning)**.



1 Disciplina centrada en el estudiante

- Dar a los estudiantes oportunidades para poder dirigir sus propias acciones en clases.
- Escuchar las opiniones que tienen sobre las situaciones que suceden en la sala de clases.
- Priorizar la aplicación de estrategias proactivas adelantándose a resolver futuras conductas problemáticas; al contrario de las estrategias reactivas o punitivas.
- Conocer a los estudiantes y entender sus dificultades para planificar estrategias que puedan ayudarlos anticipadamente cuando los conflictos puedan aparecer.
- Construcción colectiva de “compromisos” que reflejen el comportamiento que se espera de los estudiantes.

2 Disciplina centrada en el estudiante

- Los educadores no sólo debiesen elogiar, sino que también alentar el esfuerzo y el trabajo, reafirmando lo que el estudiante hizo y además, haciendo explícito lo que se necesita para mejorar.
- Alentar a los estudiantes a monitorear y regular su propio comportamiento, por medio de un lenguaje reflexivo (donde se invita al estudiante a pensar y evaluar sus propias conductas).
- Es importante que los docentes no “asuman” la causa de los comportamientos, sino que intenten entenderlos.

3 Responsabilidad y elección

- Los docentes debiesen permitirles a sus estudiantes tomar decisiones responsables acerca de su propio trabajo en la sala de clases.
- Es deseable que los docentes construyan un clima de aula en el cual se apliquen normas democráticas y en donde, además, los estudiantes tengan un rol protagónico.
- El docente debe proveerles una estructura para que puedan tener opinión dentro de la sala de clases.

4

Calidez y apoyo: Docentes y estudiantes

- Promover el apoyo social y académico que los estudiantes reciben de parte de sus profesores y pares.
 - Construir un ambiente de aula seguro y contenedor en la que los estudiantes saben que los adultos se preocupan por ellos.
 - Hacer un seguimiento de los niños cuando tienen un problema o alguna preocupación.
 - .Compartir anécdotas, o historias propias y actuar diariamente de manera en que los estudiantes sepan que es seguro tomar riesgos y hacer preguntas en el aula.
 - Crear una estructura en el aula que permita a los estudiantes sentirse incluidos y apreciados por sus pares y profesores.
-

5

Aprendizaje cooperativo

- Fomentar la realización de tareas específicas e instruccionales en las cuales los estudiantes trabajan en conjunto para alcanzar una meta colectiva.
 - Profesores debiesen considerar actividades que requieran tanto de responsabilidad colectiva como individual para asegurar que todos participen en la tarea de aprendizaje.
-

6

Conversaciones alrededor de un tema en la sala de clases

- Promover conversaciones entre estudiantes y profesores en torno al contenido de una materia. Los docentes formulan preguntas abiertas y además, les solicitan a sus estudiantes que den cuenta cómo ellos piensan y también cómo los otros piensan.
 - Desarrollar en los estudiantes las habilidades de comunicación, disposición para escuchar de manera atenta y seleccionar las ideas principales de lo que sus compañeros expresan.
 - Los docentes deben asegurarse de que sus estudiantes tengan suficiente conocimiento con relación al contenido y las habilidades necesarias para sostener una conversación.
-

7

Responsabilidad y elección

- Aprender a cómo evaluar el trabajo riguroso usando a los estándares de desempeño que sus profesores les han presentado o que han sido creados en conjunto dentro de la sala de clases.
- Los estudiantes también deben reflexionar en relación a cómo mejorar su trabajo.



8

Instrucción balanceada

- Balance apropiado entre una instrucción activa (interactiva) y una directiva.
 - Equilibrio entre el aprendizaje individual y el colaborativo.
-

9

Presión académica y expectativas

- Hace referencia a cuando los docentes proveen a sus estudiantes de un trabajo significativo y desafiante.
 - Los estudiantes debiesen sentir que lo académico es importante, y que tienen que esforzarse en las actividades desafiantes para lograr el éxito.
 - Evitar las ideas preconcebidas en relación a las capacidades de los estudiantes.
-

10

Conversaciones alrededor de un tema en la sala de clases

- Ciclo instruccional:
 1. Presentación de los objetivos o metas de la clase.
 2. Introducción al nuevo material y modelamiento.
 3. Práctica grupal e individual.
 4. Conclusiones y reflexiones finales.

